

# Goedkoop en gezond eten?

Ontdek hoe je dat doet met de cursus  
Goedkoop Gezonde Voeding  
2 én 16 april 2024



## Goedkoop Gezonde Voeding

Gezond en lekker eten is belangrijk, dat weten we allemaal. Maar soms is dat best lastig. Want hoe hou je het betaalbaar in deze dure tijd? De cursus 'Goedkoop Gezonde Voeding' helpt je daarbij. De cursus bestaat uit **twee** bijeenkomsten over betaalbare, lekkere en gezonde voeding. Deelname is gratis.



### Voor wie?

Voor ouders en/of verzorgers van kinderen die naar Kinderdagverblijven *Koekeloere* en *Jij en ik* gaan én/of de Basisscholen *Bocholtz* en *Meridiaan*.

### Wat leer je?

- Hoe doe ik goedkoop boodschappen?
- Hoe eet ik gezonder?
- Wat heb ik elke dag nodig?
- Welke trucs gebruikt de supermarkt?
- Smaken goedkope producten net zo lekker?
- Wat staat er op het etiket?

### Waar moet je zijn?

Datums: Dinsdag 2 april en dinsdag 16 april, beide van 19.30 tot 21.30 uur  
Locatie: BSO Bijdehand, Scheelenstraat 98/100, 6369 VZ Simpelveld

Aanmelden kan per e-mail aan: [amy.janssen@ggdzl.nl](mailto:amy.janssen@ggdzl.nl)

Deze cursus wordt betaald door JOGG Simpelveld en de gemeente Simpelveld.  
Ga s.v.p. zorgvuldig om met je aanmelding.